

**Государственное бюджетное дошкольное образовательное
учреждение детский сад № 33 комбинированного вида
Петродворцового района Санкт-Петербурга**

Применение ориентиров из экокожи в организации двигательной активности дошкольников

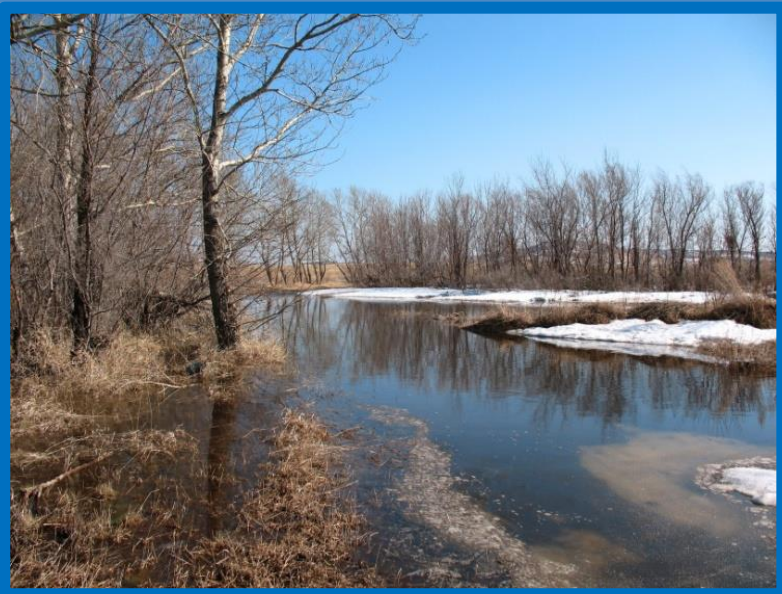
**Выполнил инструктор по
физической культуре
Удодова Елена Анатольевна**

Для повышения интереса к занятиям физической культурой и разнообразия приемов можно применять ориентиры, выполненные из экокожи. Они соответствуют всем современным требованиям:

- безопасные
- прочные
- яркие
- полифункциональные
- легкомоющиеся
- компактные в хранении.

Преимущество ориентиров из экокожи: их изготовление финансово малозатратно, можно сделать свое уникальное оборудование, проявив творчество и фантазию. Например, изготовить универсальные ориентиры в форме кругов, квадратов, треугольников разных цветов и размеров. Или сделать ориентиры тематические, например, «Времена года». «Осень» – желтые и красные листочки, лужи; «зима» – льдинки, снежки; «весна» – зеленые листочки, лужи; «лето» – цветы, лужи, «насекомые»: божьи коровки, гусеницы, улитки.

Тематические ориентиры





Применение ориентиров в обучении основным видам движений

Ходьба

Ходьба



Ходьба по кругу в младшем возрасте



Ходьба «змейкой»



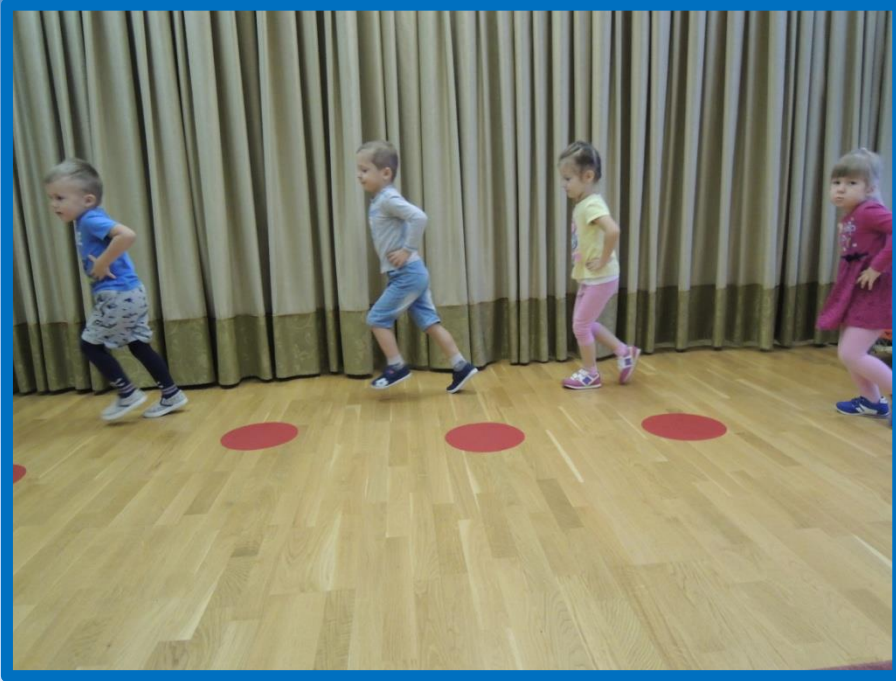


Ходьба, наступая на ориентиры

**Ходьба, перешагивая
через ориентиры**



Бег



Бег по кругу





Бег «змейкой»

Бег, перепрыгивая, через ориентиры



Ползание



**«Змейкой» на высоких
четвереньках**

«Змейкой» каракатицей





Ползание от одного ориентира до другого



Прыжки



Прыжки на двух ногах, через ориентиры, двигаясь по кругу



Прыжки на двух ногах с ориентира на ориентир, двигаясь по кругу



Прыжки на двух ногах с продвижением вперед

Прыжки на двух ногах через ориентир на месте





Прыжки на одной ноге от ориентира до ориентира

Прыжки на одной ноге через ориентиры





«Классики»

Прыжки в шаге (многоскоки)



Метание (мяч)



Броски и ловля мяча, стоя на ориентире, постепенно усложняя добавлением хлопков, вертушек и т. п.

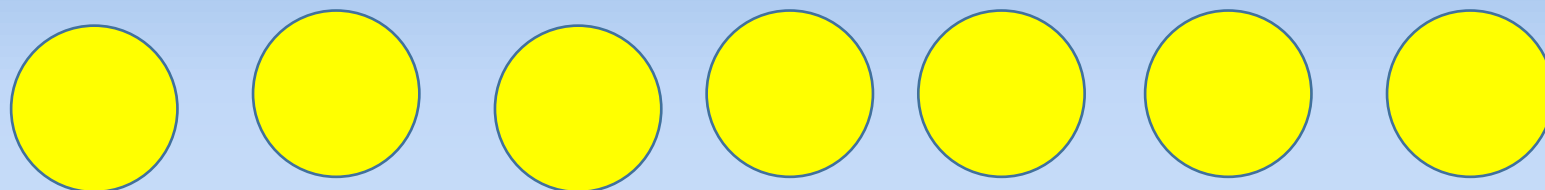


Броски мяча в парах (ребенок – ребенок)

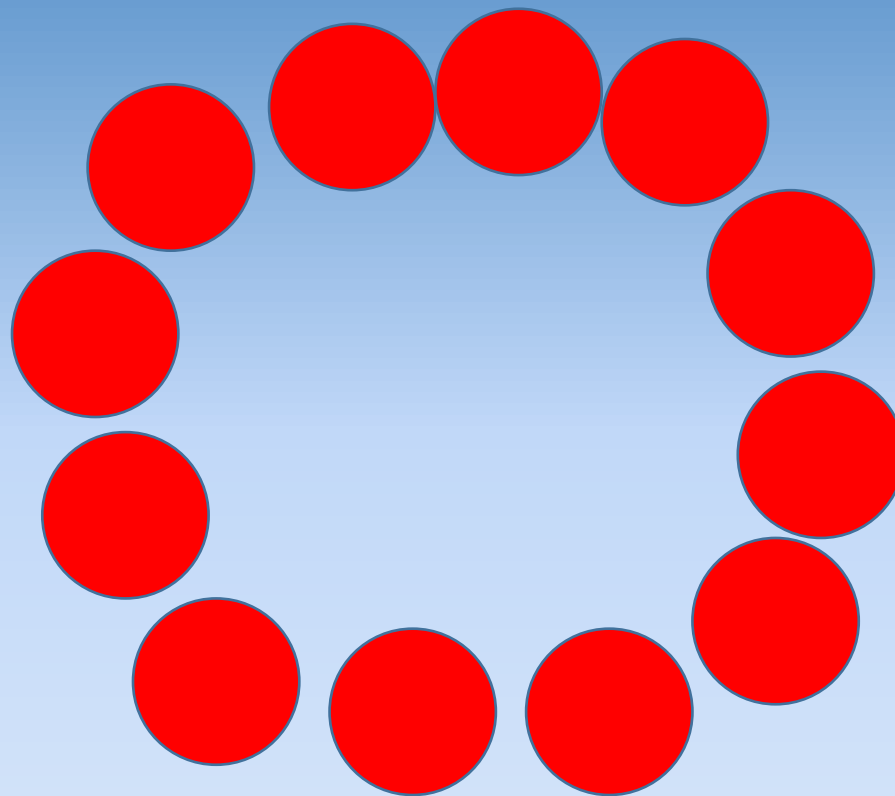
Броски мяча в парах: ребенок и взрослый, если недостаточно умений



Перебрасывание мяча через линию, выложенную ориентирами



Броски мячей в круг, выложенный ориентирами



Равновесие



Ходьба, перешагивая ориентиры с различным И. П. рук

Ходьба по кругу, на ориентире выполнить «цаплю»





«Цапля» на одной ноге, руки в стороны

«Цапля» на одной ноге, руки на поясе



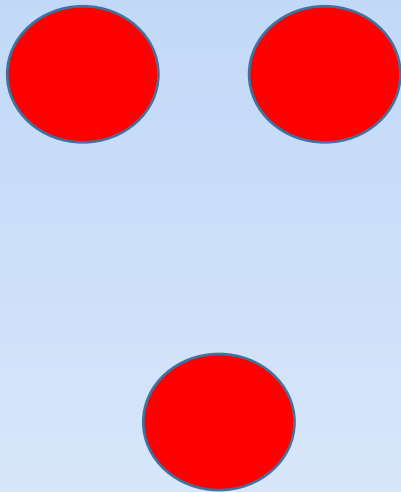


Стойка, стопы на одной линии, руки на поясе.

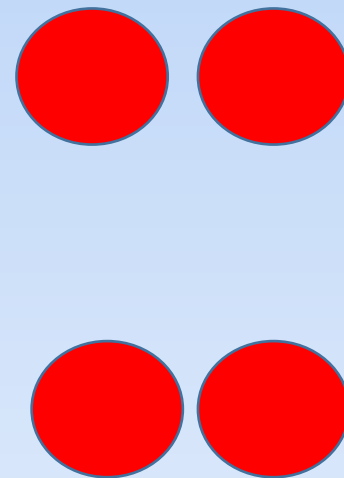


Применение ориентиров при обучении базовым шагам аэробики

V-Step



Basic Step



Игра «Веселые фигуры»



















Таким образом, ориентиры можно использовать, отрабатывая основные виды движений, развивая физические качества детей, обучая построениям и различным перестроениям, базовым шагам аэробики, в создании игровых моментов, в подвижных играх и в организации эстафет.



Спасибо за внимание

